



Lissen Grøndahl på 87 år bor på Ollerup Plejehjem. Hun synes, det er vigtigt, at vi accepterer, vi ikke kan kontrollere alt, der sker i vores liv.

Når livet er hårdt,
så tag en dag ad
gangen. Nogle gange
en halv.



Susanne Schäffer er 72 år og bor på Gudbjerg Plejehjem. Selvom hun mistede sit livs kærlighed til kræft i 2016, er der blevet plads til kærligheden på ny i dag, hvor hun er kærestere med Helge på 86, som hun mødte i aktivitetscenteret på plejehjemmet.

Tænk jer godt om
og lad være med at
have så travlt.



Jørn Esbensen er 73 år og har været glad for alkohol gennem en stor del af livet. I dag rører han ikke nogen flasker og bor på Gudbjerg Plejehjem.

Tænk dig om -
der er mange
fristelser.

alt. Livet er hårdt en gang i mellem, det må man acceptere. Når livet er hårdt, så tag en dag ad gangen. Nogle gange en halv.

Hun fortæller, at frygten for smerte ikke må afholde mennesker fra at gøre det, de drømmer om, for hvis vi gør det, så glemmer vi at leve livet imens.

Døden har været tæt på Ellen Larsen siden hun kom til verden en januar dag i 1931. Efter kun halvandet år mistede hun sin far, og knap 11 år senere sin mor. Det efterlod den øverste kommando til hendes strenge bedstefar, som hun voksede op sammen med på Tåsinge.

Som 20-årig fik hun sit første barn, og med tiden kom to mere til. Tiden og livet ville dog også, at hun skulle miste to af dem med kort mellemrum - i hen-

holdsvis 2017 og 2020.

- Mit ældste barnebarn har købt en kørestol til mig. Den sad jeg i, da jeg var til min datters bisættelse, og det var en hård dag. Det var meget, meget hårdt.

På bordet er der disket op med chokolade, kiks, bolsjer og vingummier, for vi skal have det godt, så længe vi er her.

- Vær glad og glæd dig over fremtiden, lyder det kontant, men kærligt fra Ellen Larsen.

Men humøret kan godt være svingende, fortæller hun. Senest er en del sygehusbesøg for hendes eget vedkommende blevet en realitet, og hun begynder at se livets ende i øjnene.

- Jeg kunne godt ønske at have fået et bedre helbred, men det går jo. Jeg har jo klaret mig godt nok. Og der er mange, der ikke bliver så gamle som mig. Der er mange, der ikke når, hvad jeg har nået.

Selvom der er alvorlige flænger i familietræet, blomstrer det i skrivende stund med otte børnebørn og 11 oldebørn.

- Det at miste har lært mig at være glad for det, jeg allerede har. Hvis jeg skulle sige noget til andre, så skulle det være, at man skal være glad for det, man har i stedet for at fokusere på alt det, man ikke har.

4 SUSANNE SCHÄFFER: - TÆNK JER GODT OM OG LAD VÆR' MED AT HAVE SÅ TRAVLT

Susanne Schäffer (72) har mødt en del mænd i sit liv. Der var dem, der var gode og dem, der var knap så gode. De to første ægteskaber gik i vasken, for den ene var alkoholiker, og den anden havde en kærlighed til vold, der var større end kærligheden til Susanne, men alligevel nåede begge forhold at være adskillige år.

- Man kan jo spørge sig selv, om man var lidt dum, siden man ikke bare gik dengang. Måske var jeg lidt naiv. Men jeg tror også, man har en tendens til at se det gode i mennesker, så det er nok ikke så simpelt alligevel, fortæller hun.

Men så mødte hun sit livs kærlighed i 1997 - den gode, kærlige og humoristiske Claus, og ham havde hun indtil han døde 19 år senere. Når hun fortæller om ham, lyser hendes ansigt op, og historierne om en lykkelig tid i knap to årtier er mange.

- Jeg skulle bare have ventet med mænd, indtil jeg mødte Claus. Men jeg havde så travlt dengang med at ville det hele på én gang. Det er sgu noget værre noget med de mandfolk, griner hun højlydt.

Det er hårdt at miste sit livs kærlighed, og der findes ikke én rigtig opskrift på, hvordan man kommer igen - det. Men for Susanne Schäffer var det afgørende, at der var nogen, der insisterede på, hun fik hjælp.

- Alt står stille. Det stopper bare op. Da min Claus han døde, der vrælede jeg 24 timer uden at gå i seng eller spise. Og jeg blev ved med bare at sidde derhjemme og græde. Min gode ven insisterede på, at jeg skulle tage til lægen, men det gad jeg ikke. Jeg var jo ikke syg, jeg var bare ked af det. Men til sidst tog han mig bare i nakken

og så afsted med os.

Lægen fik sendt hende videre til Montebello, der dengang blandt andet tilbød gruppebehandling af sorgpatienter.

- Jeg kan huske, vi fik krebnetter med ærter og gulerødder, da jeg kom. Jeg kunne ikke spise det, men det skulle jeg. Så mødte jeg nogle sygeplejersker, hvor jeg fik lov til at tale om Claus og alt det sjove. Og det hjalp at kunne grine i al sorgen.

Susanne Schäffer fik ikke børn, fordi hun før Claus var i dårlige relationer til mænd og godt vidste, hun ville ende som alenemor. Hun siger selv, at hun nok har haft lidt for travlt med at føle, at hun burde nå en masse, så det har resulteret i, hun måske ikke har mærket nok efter indeni.

- Tænk jer godt om og lad være med at have så travlt. Det er vigtigt, at alle følelser får lov til at være her.

5 BODIL V: - MAN SKAL ALDRIG LÅSE SINE MENINGER HELT FAST

Den fyldte bogreol er kun et lille udsnit af Bodils Vermehrens (86) boglager. Hun har viet det meste af sit liv til lærergeneringen, hvor særligt litteratur og udbredelsen af denne har været en passion.

- Det bedste er, når jeg har fået unge mennesker til at blive rørt og begejstret over en tekst, jeg har haft med. Det har givet mig meget, fortæller hun.

Hun har brugt flere år på at ringe til samtlige antikværer i landet for at finde de originale ni bind af Agnes Henningsens erindringer. En kvinde, der blev kritiseret en del for sin letsindighed og kærlighed til det mandlige køn, men som har gjort stort indtryk på Bodil Vermehren og hendes liv.

- Agnes Henningen var aldrig bitter. Det var lige meget, hvad folk sagde til og om hende. Hun levede livet, som hun selv ville.

Bodil understreger flere gange, at hun altså ikke vil agere moralens vogter eller løfte pegefinger, og at det er vigtigt, folk husker at leve deres liv, som det giver mening for dem.

Hun synes bare, det er vigtigt, at vi husker at lytte til hinanden og udfordre det, vi selv anser som det rigtige, så vi ikke ender i et ekkokammer.

- Man skal aldrig låse sine meninger helt fast. Så stivner man selv indeni. Når man er villig til at ændre mening, være positiv og se de lyse sider, så danser man bedre gennem livet, siger hun og viser et billede fra en af Agnes Henningsens erindringer, hvor en kvinde i flagrende kjole danser livligt med lethed.

Bodil Vermehren er selv mulithandicappet og skal have hjælp til alt. Derfor har

hendes lyse sind været vigtigt for hende, og humoren er også i top.

- Jeg plejer at sige "ingen arme, ingen udflugter", griner hun og fortsætter: Jeg kan jo ikke en gang gå over og skrue op for lydstyrken på radioen selv. Man skal tage livet dybt alvorligt, for man skal ikke spille det, men man må aldrig tage det så alvorligt, at man kun dyrker de mørke sider.

6 JØRN ESPERSEN: - TÆNK DIG OM - DER ER MANGE FRISTELSER

Nogle mennesker fortryder intet, og nogle fortryder meget, når de kigger tilbage på livets strabadser. Jørn Esbensen (73) hører til sidstnævnte kategori, og på Gudbjerg Plejecenter er der tid til at reflektere.

- Der er sgu mange ting, jeg fortryder. Jeg fortryder, at jeg ikke kunne stoppe med at drikke alkohol noget før. Og jeg fortryder, at jeg ikke tænkte mig mere om, fortæller han.

De procentrige drikke gled flittigt ned, og det blev ikke bedre af at arbejde på Tuborg-fabrikken i en periode. Jørn Esbensen har et ægteskab bag sig, som endte i alkoholens klør og blev til en skilsmisse.

- Tænk dig godt om - der er mange fristelser, lyder det fra Jørn Esbensen, der her ikke nødvendigvis taler om fristelser af seksuel eller kærlighedsfuld karakter uden for ægteskabet, men at man også kan falde i andre fælder, der påvirker dem, man har tæt på sig.

- Hvis man først begynder at drikke, så tænker man sig sgu ikke om mere, og så kommer man nok til at sige noget lort en gang i mellem, man ikke skulle have sagt. Øverste etage stiger fuldstændigt af.

Lykken tilsmilede ham, da han mødte Lene. Det vil sige, da han mødte hende som voksen. De to legede sammen i barndoms kvarteret i København, da de var omkring syv år, og de har vidst, hvem hinanden var lige siden.

- Det var jo egentlig lidt pudsigt. Hun blev gift med min fætter, men så døde han. Der var ikke nogen griset over det. Lene og jeg har aldrig set hinanden på den måde før. Men nu var hun jo alene, og jeg var lige blevet skilt. Og så opstod magien lige pludselig, og der var jeg jo alligevel midt i 30erne, men havde kendt hende siden jeg var ganske lille knægt, fortæller han.

De blev aldrig gift, men sammen fik de en datter, og kærligheden til Lene sejrede over alkoholen, der har været lagt på hylden lige siden amorinerne ramte dem gensidigt.